క్లుప్తంగా

నేడు ప్రజా సమస్యల పరిష్కార వేదిక

తవణంపల్లె: స్థానిక మండల పరిషత్ కార్యాలయంలో సోమవారం ప్రజా సమస్యల పరిష్కార వేదిక నిర్వహించనున్నట్లు ఎంపీడీఓ హరిప్రసాద్ రెడ్డి, తహసీల్దార్ సుధాకర్ తెలిపారు. మండలంలోని ప్రజలు తమ సమస్యలను మా దృష్టికి తీసుకొస్తే పరిశీలించి పరిష్కరిస్తామని వివరించారు. ప్రజలు ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని కోరారు.

నేడు కార్పొరేషన్ కార్యాలయంలో గ్రీవెన్స్ డే

చిత్తూరు అర్బన్: చిత్తూరు మునిసిపల్ కార్పొరేషన్ కార్యాలయంలో సోమవారం ప్రజా ఫిర్యాదుల పరిష్కార వేదిక (గ్రీవెన్స్‌డే) నిర్వహించనున్నట్లు కమిషనర్ నరసింహ ప్రసాద్ ఓ ప్రకటనలో తెలిపారు. ఉదయం 10.30 గంటల నుంచి గ్రీవెన్స్ ఉంటుందని, ప్రజల ఫిర్యాదులు స్పందనలో స్వీకరించనున్నట్లు పేర్కొన్నారు.

కంటి పరీక్షలకు 102 మంది ఎంపిక



కంటి పరీక్షలు చేస్తున్న వైద్యులు

చిత్తూరు రూరల్(కాణిపాకం): చిత్తూరు నగరం రాముల గుడివీధిలోని జైన్ కార్యాలయంలో ఆదివారం ఉచిత కంటి వైద్య శిబిరాన్ని నిర్వహించారు. తిరుపతి ఎస్వి అరవింద్ ఆస్పత్రి వైద్యులచే కంటి పరీక్షలు చేశారు. ఈ శిబిరానికి 202 మంది వచ్చారు. వీరికి పరీక్షలు చేయగా ఆపరేషన్‌కు 102 మంది ఎంపికయ్యారు. ఎంపికైన వారికి ఉచితంగా ఆపరేషన్, వసతులు కల్పిస్తామని నిర్వాహకులు సుభాష్ జైన్ తెలిపారు. కార్యక్రమంలో ప్రేమ్‌చంద్, సాగర్, ప్రవీణ్, లలిత్, కమలేష్, అమిత్ పాల్గొన్నారు.

మహా న్యూస్ దాడిపై ఖండన

చిత్తూరు కార్పొరేషన్: హైదరాబాద్‌లోని మహా న్యూస్ ప్రధాన కార్యాలయంపై బీఆర్‌ఎస్ కార్యకర్తలు దాడి చేయడాన్ని సీపీఐ జిల్లా కార్యదర్శి నాగరాజన్ ఆదివారం ఓ ప్రకటనలో ఖండించారు. రాజకీయ పార్టీ, సంస్థలు, నాయకులపై ఆరోపణలు రావడం సహజమన్నారు. వాటిని ప్రజల్లో నివృత్తి చేయడానికి పలు మార్గాలు ఉన్నాయన్నారు. ప్రభుత్వానికి, ప్రజల మధ్య వారధిగా ఉన్న మీడియా కార్యాలయంపై దుర్మార్గంగా దాడి చేయడాన్ని తప్పుబట్టారు.

ఆహారం.. ఆరోగ్యం

- సీజనల్ వ్యాధుల్లో ఆరోగ్య నియమాలు తప్పనిసరి
- శుభ్రతతో వ్యాధులు దూరం
- తాజా పండ్లు, ఆకుకూరలు, కూరగాయలు తీసుకోవాలి
- వైద్యుల సలహాలు పాటించడంతో మేలు

ఐరాల: వర్షాకాలం ప్రారంభమైంది. ఈ సీజన్‌లో చిన్నా, పెద్దా తేడా లేకుండా వ్యాధులు ప్రబలే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది. సరైన జాగ్రత్తలు పాటించకుంటే రోగాల బారిన పడే ప్రమాదం ఉంది. ప్రతి ఒక్కరూ రోగ నిరోధక శక్తి పెంచుకోవాల్సిన అవసరం ఉంది. వ్యక్తిగత, పరిసరాల శుభ్రత పాటించకపోవడం, సరైన ఆహారపు అలవాట్లు లేకపోవడం, వ్యాయామానికి దూరంగా ఉండడం వల్లే పలువురు వ్యాధుల బారిన పడుతున్నారు. రోజు వారీగా పోషకాలతో కూడిన ఆహారం శరీరానికి అవసరమైన మోతాదులో తీసుకుంటే ఆరోగ్యాన్ని పదిలంగా ఉంచుకోవచ్చు. ఆరోగ్యం కాపాడుకోవడం కోసం తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు, ఆహారపు అలవాట్ల విషయంలో వైద్యుల సూచనలు, సలహాలు తప్పక పాటించాలని సూచిస్తున్నారు. నిల్వ చేసిన ఆహారం, తీపి పదార్థాలు తీసుకోకూడదు. బయట దొరికే జంక్ ఫుడ్, ఉప్పుతో కూడిన ఆహారం, కూల్ డ్రింక్స్, ఫ్రిజ్‌లలో నిల్వ ఉంచిన ఆహార పదార్థాలు తీసుకోకపోవడం ఉత్తమం.

రోజువారీ ఆహారం ఇలా



ఉదయం రెండు ఇడ్లీలు లేదా 60 గ్రాముల గింజ ధాన్యాలు లేదా 25 గ్రాముల పప్పులు. 150 మిల్లీ లీటర్ల పాలు తీసుకోవచ్చు. ఉదయం 11 గంటల సమయంలో ఏదో ఒక పండు, నిమ్మరసం లేదా జామ కాయను తీసుకోవాలి. ఇవేవీ అందుబాటులో ఉండకపోతే ఒక గ్లాసు పాలైనా తాగాలి. మధ్యాహ్నం భోజనంలో 75 గ్రాముల గింజ ధాన్యాలు, ఆకు కూరలు, పెరుగు ఉండేలా చూసుకోవాలి. సాయంత్రం 5 గంటలకు 50 గ్రాముల గింజ ధాన్యాలతో చిరుతిండి. ఒక కప్పు పాలు తీసుకోవాలి. రాత్రి భోజనంలో రెండు కప్పుల అన్నం లేదా రెండు చపాతీలు లేదా పుల్కాలు కూరగాయలతో తినాలి. ఇవి కాకపోతే 100 గ్రాముల మాంసాహారం ఉండాలి.



నియమాలు పాటించాలి

ఆహారంలో పల్లీలు, మినుములు, శనగలు, బాదం పప్పు వంటివి ఏదో ఒకటి ఉండేలా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. ప్రతి రోజు ఏదో ఒక ఆకుకూర 100 గ్రాములు ఉండేలా చూసుకోవాలి. జామ, నిమ్మ, ఉసిరి ఏదో ఒక దానిని తప్పకుండా తీసుకోవాలి. రోజూ ఉడికించిన గుడ్డు వారంలో ఒకసారి చికెన్, మటన్, రొయ్యలు వంటివి స్వల్పంగా తినాలి. భోజనానికి ముందు, తర్వాత తప్పని సరిగా సబ్బుతో చేతులను శుభ్రం చేసుకోవాలి.



నీరు, పాలకు ప్రాధాన్యం ఇవ్వాలి

పరిశుభ్రమైన నీటినే తాగాలి. సరిపడా నీరు తాగితే 50 శాతం రుగ్మతలు దూరమవుతాయి. ఎక్కువగా కాచి వడబోసిన నీటినే తీసుకోవాలి. నీటితో పాటు పాలు కూడా చాలా అవసరం. రోజుకు 250 మిల్లీ లీటర్ల పాలు తాగాలి. కాఫీ, టీ అలవాటు ఉన్న వారు రోజుకు ఒకటి, రెండు సార్లు కంటే ఎక్కువ తీసుకోరాదు.

కొద్ది కొద్దిగా తీసుకోవాలి

పరిశుభ్రమైన ఆహారం, పరిసరాల శుభ్రతతో వ్యాధుల బారిన పడకుండా ఉండవచ్చు. ఆహారాన్ని ఒకే సారి కాకుండా కొంచెం కొంచెం ప్రతి మూడు లేదా నాలుగు గంటలకు ఒక సారి తీసుకోవడం ఉత్తమం. రోజువారీ ఆహారంలో తాజా ఆకుకూరలు, కూరగాయలు, పండ్లు ఉండేలా చూసుకోవాలి. కూరగాయలు, పండ్లలో ఉండే సూక్ష్మ, పోషక పదార్థాలు, ఫైబర్ శరీరానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి. పసుపు, నారింజ రంగులో ఉండే పండ్లు కొన్ని రకాల దీర్ఘకాలిక జబ్బులను నిరోధిస్తాయి. తాజాగా ఉండే పచ్చి కూరగాయలు, పండ్లను జ్యూస్ రూపంలో కూడా తీసుకోవచ్చు.

జలుబు నివారణకు జాగ్రత్తలు

జలుబు, దగ్గు, ఆయాసం వంటి సమస్యల నుంచి ఉపశమనం కోసం మిరియాలు, అల్లం, వెల్లుల్లి బాగా ఉపయోగపడతాయి. వీటిని అవసరం మేరకు వేడినీరు, పాలు, టీలో ఏదేని ఒక దానిలో కలుపుకుని తాగితే ఉపశమనం లభిస్తుంది.

మంచి ఆహారంతో ఆరోగ్యం



ఆహారం బాగా ఉడికించి తినాలి. ప్రతి రోజు తీసుకునే ఆహారంలో ఏ, డీ, సీ, కే విటమిన్లు కలిగిన వాటిని తీసుకోవాలి. అలా తీసుకోవటం వలన ఆరోగ్యంగా ఉంటారు. అంధత్వంతో పాటు పిల్లల్లో వాంతులు, విరేచనాలు, తట్టు, శ్వాసకోశ సంబంధిత వ్యాధులను నివారించేందుకు ఏ విటమిన్ బాగా పనిచేస్తుంది. తోటకూర, మెంతికూర, పాలకూర, క్యారెట్, కెరోటిన్ ఉన్న మునగాకు, మామిడి, బొప్పాయి. గుమ్మడి వంటివి తీసుకోవడం వల్ల శరీరానికి సరిపడా విటమిన్లు అందుతాయి.

– రెడ్డెప్ప, వైద్యాధికారి, ఐరాల

ఉపాధిలో అవినీతిపై విచారణ చేపట్టాలి


మాట్లాడుతున్న ఓబుల్‌రెడ్డి

ఐరాల: పూతలపట్టు నియోజకవర్గంలో ఉపాధి హామీ పథకంలో చోటుచేసుకున్న అవినీతిపై కేంద్ర ప్రభుత్వం విచారణ చేపట్టి, బాధ్యులపై చర్యలు తీసుకోవాలని వైఎస్సార్‌సీపీ నియోజకవర్గ పంచాయతీరాజ్ విభాగం అధ్యక్షుడు ఓబులేరెడ్డి డిమాండ్ చేశారు.ఆయన ఆదివారం మండల కేంద్రంలో విలేకర్లతో మాట్లాడారు. ఉపాధి హామీ పథకం అవినీతిపై విచారణకు, పంచాయతీరాజ్ వ్యవస్థను నిర్వీర్యం చేస్తున్న కూటమి ప్రభుత్వానికి బుద్ధి చెప్పేందుకు సోమవారం చిత్తూరు కలెక్టరేట్‌లో జరిగే ప్రజాసమస్యల పరిష్కార వేదిక కార్యక్రమంలో కలెక్టర్‌కు వినతిపత్రం అందజేస్తామని తెలిపారు. కేంద్ర ప్రభుత్వం 15వ ఫైనాన్స్ కమిషన్ విడుదల చేసిన రూ.1,150 కోట్ల పంచాయతీరాజ్ నిధులను ప్రభుత్వం ఇతర పనులకు బదలాయించడం శోచనీయమన్నారు. ప్రశ్నించే గొంతు ఏమైందని డిప్యూటీ సీఎం పవన్‌కల్యాణ్‌ను నిలదీశారు. సొంత శాఖకు సంబంధించిన నిధులు ఇతర అవసరాలకు వాడితే గ్రామాభివృద్ధి ఎక్కడ సాధ్యమవుతుందని ప్రశ్నించారు. ఈ నిధులు తక్షణమే స్థానిక సంస్థలకు జమ చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. జీఓ ఎంఎస్ –11ను రద్దు చేసి 1,350 మంది పంచాయతీ కార్యదర్శులకు పోస్టింగ్‌లు ఇచ్చి 10 నెలలుగా పెండింగులో ఉన్న జీతాలు విడుదల చేయాలన్నారు. కూటమి ప్రభుత్వం హామీ మేరకు గ్రామాల్లో వసూలు చేస్తున్న ఇంటి పన్నులు స్థానిక సంస్థల ఖాతాల్లో జమచేయాలన్నారు. సర్పంచులకు, ఎంపీటీసీ సభ్యులకు, జెడ్పీటీసీ, ఎంపీపీలకు గౌరవ వేతనాలు పెంచి, పెండింగ్‌లో ఉన్న గౌరవ వేతనాలను వెంటనే అందించాలని డిమాండ్ చేశారు.

కంపోస్ట్ యార్డును తరలించాలి



మాట్లాడుతున్న సీపీఐ జిల్లా కార్యదర్శి నాగరాజన్

చిత్తూరు కార్పొరేషన్: నగరంలోని కంపోస్ట్ యార్డ్‌ను లెనిన్‌నగర్ నుంచి తరలించాలని సీపీఐ జిల్లా కార్యదర్శి నాగరాజు డిమాండ్ చేశారు. లెనిన్‌నగర్‌లో ఆదివారం సీనియర్ నాయకులు మణి అధ్యక్షతన సమావేశం నిర్వహించారు. నాగరాజు మాట్లాడారు. 1981లో బీడీ కార్మికులకు ప్రభుత్వం కాలనీ ఏర్పాటు చేసి పక్కా గృహాలు నిర్మించడంతో బీడీ కాలనీగా, లెనిన్ నగర్‌గా ఆవిర్భవించిందని గుర్తు చేశారు. కంపోస్ట్ యార్డ్‌లో నగరంలోని 50వ డివిజన్‌లోని వ్యర్థపదార్థాలు, చెత్తా చెదారాలు యార్డులో అన్‌లోడ్ చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. వర్షాకాలంలో కంపోస్టు యార్డు నుంచి వచ్చే దుర్వాసనతో ప్రజలు ఇబ్బందులు పడుతున్నారని చెప్పారు. వీటిని ఇక్కడ నుంచి తరలించాలని నిరసన తెలిపినా ఉపయోగం లేదన్నారు. సమస్య పరిష్కారంలో అధికారులు కాలయాపన చేస్తున్నారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. వెంటనే కంపోస్ట్ యార్డ్‌ను తరలించడానికి సంబంధిత అధికారులు చర్యలు చేపట్టాలని డిమాండ్ చేశారు. లేని పక్షంలో కాలనీ ప్రజలను సమీకరించి పెద్ద ఎత్తున పోరాటం చేస్తామని హెచ్చరించారు. ప్రస్తుతం మంగసముద్రం హౌసింగ్ కాలనీలోని పై కాలనీ, కింద కాలనీలో వేలాది కుటుంబాలు నివసిస్తున్నాయని చెప్పారు. 40 ఏళ్లుగా కొన్ని వీధులకు కాలువలు, రోడ్లు లేవన్నారు. దీంతో మురుగునీరు వారి నివాసాల ముందు నిల్వ చేరుతోందన్నారు. కార్యక్రమంలో నాయకులు విజయగౌరి, జమీలాభి, బాలాజీ రావు, సుబ్రహ్మణ్యం, తిరువంగడం, బషీర్, కరీం, కలైవాణి, అనిత తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కాయ కష్టం

చిత్తూరు-అరగొండ రోడ్డులో మిట్టపల్లె దగ్గర రోడ్డు పక్కన పారబోసిన మామిడికాయలు




గాజులపల్లెలో లారీకి లోడ్ చేయడానికి సిద్ధం చేసిన మామిడి కాయలు

- మామిడి కాయలు అమ్ముకోవడానికి అష్టకష్టాలు
- రోజుల తరబడి రోడ్లపైనే పడిగాపులు
- ట్రాక్టర్‌లోనే కుళ్లిపోతున్న మామిడికాయలు

తవణంపల్లె: మండలంలోని రైతులు పండించిన మామిడి కాయలు అమ్ముకోవడానికి నానాకష్టాలు పడుతున్నారు. తోటల్లో కాయలు మాగిపోయి రాలిపోతుండగా, కోసిన కాయలను ట్రాక్టర్లలో గుజ్జు ఫ్యాక్టరీల వద్దకు తరలిస్తున్నారు. అక్కడ కిలోమీటర్ల మీర ట్రాక్టర్లు క్యూలో ఉండడంతో, కాయలు అన్‌లోడ్ చేయడానికి నాలుగైదు రోజులు పడుతోంది. మండలంలోని ర్యాంపుల దగ్గర కిలో మామిడి కాయలను రూ.2కు కొనుగోలు చేస్తున్నారు. అయినా కానీ ఎంతో ఒకంత రానీ తోటల్లో కాయలు రాలిపోకుండా తరలిస్తామని కొంత మందిరైతు ర్యాంపులకు తరలిస్తున్నారు. ఫ్యాక్టరీల వద్ద టోకెన్లు కోసం నిరంతరం ప్రదక్షిణలు చేస్తున్నా.. యజమానులు మాత్రం ఇవ్వడం లేదు. సిఫార్సులు చేసిన వారికే టోకెన్లు ఇవ్వడంతో పాటు కాయలను అన్‌లోడ్ చేస్తున్నారని రైతులు ఆరోపిస్తున్నారు. ర్యాంపుల దగ్గర కాయల కొనుగోలు లారీలకు లోడ్‌వేసి తమిళనాడుకు తరలిస్తున్నారు. ఫ్యాక్టరీల వద్ద ట్రాక్టర్ లోడ్లుతో రైతులు రాత్రింబవళ్లు నిద్రాహారాలు మాని అష్టకష్టాలు పడుతున్నారు. మాగి కుళ్లిపోయిన కాయలను అరగొండ– చిత్తూరు రోడ్డు పక్కన పారబోసి వెళుతున్నారు.


గాజులపల్లె- బంగారుపాళ్యం రోడ్డులో జీసీఆర్ ఫ్యాక్టరీ దగ్గర బారులు తీరిన మామిడి కాయల ట్రాక్టర్లు


గాజులపల్లె సమీపంలో ర్యాంపుల దగ్గర లారీకి లోడ్డు చేస్తున్న మామిడి కాయలు



ర్యాంపుల దగ్గర అన్‌లోడ్ కోసం నిరీక్షిస్తున్న ట్రాక్టర్లు

5 నుంచి కోదండరాముడి బ్రహ్మోత్సవాలు



మాట్లాడుతున్న పి.సిద్ధేశ్వర రెడ్డి, శంకర్ రెడ్డి, పాలాక్షిరెడ్డి

తవణంపల్లె: మండలంలోని టి.పుత్తూరులో వెలసిన శ్రీ కోదండరాముల దేవస్థానం వార్షిక బ్రహ్మోత్సవాలు జూలై 5వ తేదీ నుంచి ప్రారంభమవుతాయని ఆలయ వంశపారంపర్య ధర్మకర్త పి.సిద్ధేశ్వర రెడ్డి తెలిపారు. ఆయన ఆదివారం సాయంత్రం స్థానిక ప్రెస్‌క్లబ్‌లో విలేకరులతో మాట్లాడారు. జూలై 5న మహాద్వార పూజ, అంకురార్పణ, ధ్వజారోహణం కార్యక్రమంతో వార్షిక బ్రహ్మోత్సవాలు ప్రారంభమవుతాయని పేర్కొన్నారు. ప్రతిరోజు ఆలయంలో అర్చకులు సీతారామ లక్ష్మణులు, ఆంజనేయస్వామికి తిరుమంజనం, పాలాభిషేకం, ఊంజల్‌సేవ నిర్వహిస్తామన్నారు. బ్రహ్మోత్సవాల్లో భాగంగా హంసవాహనం, సింహ వాహనం, హనుమంతు వాహనం, శేష వాహనం, కల్యాణోత్సవం, గరుడసేవ, రథోత్సవం, అశ్వవాహనం, చక్రస్నానం, సూర్యప్రభ, చంద్ర ప్రభ, పుష్పపల్లకి సేవ, కల్పవృక్ష వాహనం, తెప్పోత్సవాలను శాస్త్రోక్తంగా నిర్వహించనున్నట్లు తెలిపారు. జిల్లాలోని భక్తులు విశేషంగా పాల్గొని బ్రహ్మోత్సవాలను విజయవంతం చేయలని కోరారు. సమావేశంలో ఆలయ కార్యనిర్వాహకులు శంకర్ రెడ్డి, పాలాక్షిరెడ్డి పాల్గొన్నారు.

బోయకొండ క్షేత్రంలో పుష్ప సోయగం

చౌడేపల్లె: ప్రముఖ పుణ్యక్షేత్రంగా విరాజిల్లుతున్న బోయకొండ గంగమ్మ ఆలయం సరికొత్త శోభతో భక్తులను భక్తి పారవశ్యంతో ముంచెత్తింది. బెంగళూరుకు చెందిన కృష్ణప్ప కుటుంబ సభ్యుల ఆధ్వర్యంలో ఆదివారం రూ.3లక్షలు విలువ చేసే పలు రకాల పుష్పాలతో ఆలయాన్ని ముస్తాబు చేశారు. దీంతో ఆలయం అంతా పుష్ప పరిమళ భరిత పుష్పాల కొత్తదనం.. అందం భక్తులను కట్టిపడేసింది. ఆషాఢ మాసంలో కర్ణాటక భక్తులు అమ్మవారి దర్శనం కోసం తరలిరావడం పరిపాటి. బెంగళూరు నుంచి పూలను తీసుకొచ్చి ఆలయాన్ని పూలతో అలంకరించారు. అనంతరం కుటుంబ సమేతంగా అమ్మవారికి పూజలు చేసి, మొక్కులు చెల్లించుకున్నారు.



ప్రత్యేక పుష్పాలంకరణలో ఆకట్టుకుంటున్న అమ్మవారు, ఆలయం

ఆకట్టుకున్న దుర్యోధన వధ


భీమ దుర్యోధనుల యుద్ధ సన్నివేశం

పూతలపట్టు(యాదమరి): మండల పరిధిలోని పోటుకనుమలో జరుగుతున్న మహాభారత ఉత్సవాల్లో ఆదివారం ప్రదర్శించిన దుర్యోధన వధ ఆకట్టుకుంది. ఉత్సవాల్లో భాగంగా మహాభారత ఇతిహాసంలో అతి కీలకమైన దుర్యోధన వధ కార్యక్రమం మహాభారత ప్రియులను ఎంతగానో ఆకట్టుకుంది. ముందుగా మడుగులో దాగి ఉన్న దుర్యోధనుడిని భీముడు రెచ్చగొట్టే మాటలతో, కవ్వింపు చర్యలతో బయటకు తీసుకువస్తాడు. రాజ్యం కోసం వారిద్దరి మధ్య సాగిన వాదనలు భూతో నభవిష్యత్ అన్న రీతిన ప్రేక్షకులను నిలబెట్టి నాటకాన్ని రక్తి కట్టించారు. భీమ, దుర్యోధనుల యుద్ధ సన్నివేశాన్ని కళ్లకు కట్టినట్లు ప్రదర్శించారు. అనంతరం దుర్యోధన ప్రతిమ తొడపై భీముడు కొట్టడంతో ఆ రక్తాన్ని ద్రౌపది అమ్మవారి కురులకు పూశారు. దుర్యోధనుడిగా కిరణ్, భీముడిగా తారక్ అద్భుతంగా నటించారు. రాత్రి జరిగిన అగ్నిగుండం కార్యక్రమంతో ఉత్సవాలు ముగిశాయి. ఆలయ ధర్మకర్త మండలి, గ్రామపెద్దలు పాల్గొన్నారు.